CARMINE ANTONIO VOX

Il problema morale dello sport

(Estratto da «Città di Vita», anno XVII, n. 6, 1962)

FIRENZE
1962

IL PROBLEMA MORALE DELLO SPORT

Lo sport è un'attività che ha conquistato la società moderna con particolare suggestività, creando addirittura una necessità nuova di vita per le generazioni presenti, ormai avvinte dal dinamismo delle competizioni agonistiche. Accanto a questo travolgente pullulare di attività sportive si è gradatamente sviluppato tutto un complesso di organizzazioni e di servizi che vivono per lo sport e dello sport.

La vita moderna è presa in pieno dall'attività reclamistica e dalle varie attività economiche, industriali, commerciali di natura sportiva e non concepirebbe di far senza, ora che tutto è sviluppato e affermato in tal senso.

La popolazione scolastica e l'universitaria, la lavoratrice e l'impiegatizia, tende allo sport per parteciparvi e attivamente e indirettamente: manifestazioni di massa, competizioni di sportivi o di gruppi di sportivi interessano febbrilmente la società.

Classi sociali varie vivono di attività complementari dello sport: anzi si mira ad introdurre nella organizzazione sociale una nuova classe, quella degli sportivi, quasi che l'attitudine e la dedizione allo sport possa costituire un nuovo mestiere o una nuova professione con il suo programma di rendimento per la vita dell'individuo e della società.

In tal modo, invero, si è su una via di esasperato travisamento delle caratteristiche sociali di un mestiere o di una professione, perché si è abbagliati dal miraggio dei primati agonistici, che solo per un periodo limitato della sua vita l'atleta può conseguire.

Lo sport, con tutti i suoi addentellati connessi, ha ormai coinvolto la nostra esistenza, sicché non se ne può fare a meno. Né d'altra parte si può o si deve ostacolare il progresso di tale attività, solo perché essa dà luogo a parziali degenerazioni e a

false interpretazioni nella prassi corrente. Si tratta di una attività integrante la vita attuale e pertanto urge poter incanalare le sue manifestazioni in limiti più confacenti alla natura umana.

D'altro canto ogni epoca della storia ha le sue espressioni caratteristiche di vita, di cui lascia l'impronta: non fa quindi meraviglia che anche lo sport abbia subito nei secoli le ripercussioni della storia civile, politica e religiosa, dei popoli e abbia assunto atteggiamenti quanto mai diversi e forse contrastanti con il significato della parola.

Lo sport, o meglio diporto, deve sentirsi, manifestarsi come utile espressione della vita fisica e psichica.

Sulla porta della scuola di Crotone era incisa una grande verità che bisogna saper interpretare: « Mens sana in corpore sano »! Purtroppo la stessa massima osò inscrivere un professionista dello sport sull'entrata della villa costruitasi con i milioni fruttati dal suo esibizionismo da baraccone!

Nonostante questa errata interpretazione moderna, lo sport rimane tuttavia un'attività di alto interesse e d'indubbio valore etico e psicosomatico.

Uno sguardo più che fugace alla storia dello sport conforterà l'animo dei bempensanti: Icco da Taranto, che può ritenersi il più antico fondatore della ginnastica medio-fisiologica, soleva costantemente frenare gli eccessi ginnici e abitualmente ripeteva la massima scolpita sul frontone del tempio di Delfo: « In ogni cosa la misura! ».

Tutte le scuole medico-filosofiche precristiane favorivano la ginnastica nella giusta misura; la scuola di Crotone, più vicina a noi per tradizioni e tendenze, propugnava a spada tratta la necessità della ginnastica, perché con essa si favoriva l'armonia psico-fisica, armonia che è proporzione e ordine nell'evoluzione dell'unità psico-somatica.

Al tempo aureo dei Romani lo sport aveva subito delle degenerazioni: mentre i Greci fondarono sulla ginnastica il problema del perfezionamento delle forme fisiche, i Romani mirarono a formare con la ginnastica i soldati per la conquista dell'impero.

La Chiesa Cattolica non poteva svalutare la cura del corpo: anzi, per l'insegnamento di Gesù Cristo, prese a valorizzare il corpo, che è sede di un'anima, data da Dio, quale tempio dello Spirito Santo. Aver cura del corpo nei limiti opportuni, rifuggendo da ogni forma di narcisismo e materialismo paganeggiante,

è un dovere di ogni battezzato verso Dio, che ha dato il corpo, perché l'uomo con esso Lo serva, Lo lodi, Lo ringrazi e Lo glorifichi. Non sembra, pertanto che i primi Cristiani abbiano abbandonato gli esercizi sportivi per disciplina di religione, altrimenti S. Paolo non sarebbe stato capito in pieno nella sua forza espressiva, quando scriveva alle varie Comunità.

Uno studio del salesiano, don Antonio Coiazzi, biografo di S. Paolo, ha messo in evidenza la terminologia sportiva e militare usata dall'Apostolo nelle sue Lettere. L'uso di questo lessico suppone che i lettori siano stati al corrente del significato dei vari vocaboli nella pratica quotidiana. Nel caso che ai Cristiani fosse stato vietato ogni attività ginnica, l'Apostolo si sarebbe guardato bene dal sollecitare con tali ricordi epistolari quanto era proibito.

Nel secondo secolo dopo Cristo, Clemente Alessandrino nel suo libro " Il pedagogo " suggerisce ai Cristiani che, per rinvigorire spirito e corpo, è opportuno osservare un regime di vita morigerato e praticare ginnastica e bagno al fine di migliorare le attitudini psico-fisiche. S. Agostino si preoccupa di consigliare la cura del corpo mediante giuochi, bagni, ginnastica, perché tutte queste attività costituiscono un deviamento efficace della sensualità.

Anche S. Tommaso tiene in debito conto la cura del corpo e consiglia il giuoco, le attività fisiche, che riescono a rafforzare l'organismo e la volontà di lavorare e di studiare.

Saltando secoli interi, non certo negatori dei valori etici dell'educazione del fisico, si arriva a S. Filippo Neri, a S. Giovanni Bosco, i quali attirarono la gioventù alla pratica delle virtù cristiane, curando con molta competenza il corpo mediante esercizi fisici e giuochi intelligenti in campi ricreativi.

Incomparabile, poi, è l'iniziativa degli istituti di educazione tenuti da religiosi: in essi il programma scolastico è integrato dall'educazione ginnica e, tra l'altro quasi scandalo, viene compreso il nuoto, l'equitazione ed anche la scherma.

Ma sigillo più autorevole al programma cristiano, in materia di sport, non poteva venirci se non dall'augusta parola di Pio XI, il Papa dotto quanto ardimentoso sportivo, avendo scalato più volte da provetto alpinista le più alte cime delle nostre Alpi. Pio XI nell'enciclica " Della cristiana educazione della gioventù " ha bollato di santa ragione « l'esaltazione dell'atletismo, che se-

gnò la degenerazione della vera educazione fisica, anche per l'età classica pagana ».

Tutta la vita del cristiano è permeata di una continua attività agonistica, per raggiungere la perfezione spirituale e le tappe sono pressappoco quelle del ginnasta, il quale, per gradi, arriva alla competizione, dopo aver praticato un lungo allenamento: una condizione di grande vantaggio e giovamento è la collaborazione di un corpo sano e vigoroso nella diuturna lotta per la conquista della perfezione.

In questi ultimi anni la Chiesa, per dare un'ulteriore conferma di gradire lo sport salutare ed invogliare i cattolici alla sua pratica, ha istituito anche dei protettori di alcuni sports, come la Madonna del Ghisallo per il ciclismo, la Madonna di Castellazzo per il motociclismo, la Madonna di Loreto per l'aviazione.

E per di più il Vicario di Gesù accoglie benevolmente nella sua augusta casa ogni sorte di sportivi e rivolge loro parole di elogio e d'incoraggiamento.

* * *

Ben poco si riflette che le azioni quotidiane dell'uomo, dalle semplici alle complesse, investono un lato morale particolarmente interessante. Molto più raramente, poi, si pensa che anche per lo sport s'impone un problema morale di vasta portata, in quanto lo sport nelle sue fasi può essere responsabile quale fattore morale di educazione o quale elemento demolitore di valori essenziali nella vita individuale e sociale.

Pertanto nasce spontaneo da ciò che lo sport è un'attività che va contenuta in limiti ben definibili, se si vuol fruire di benefizi tangibili.

Si ha la convinzione che ogni genere di sport abbia una finalità a sé stante e, per conseguenza, che formi una personalità diversa, mentre si dovrebbe capire che comune a tutti gli sports è il miglioramento del complesso bio-psichico della personalità umana attraverso un graduale superamento delle proprie capacità con una progressiva preparazione e una disciplinata educazione dei muscoli.

È duro infatti iniziarsi ad uno sport, ma, allettati dalla meta e dal perfezionamento del corpo, ben volentieri ci si sobbarca alla fatica, che sarà graduale e costante nella progressione, perché

non si determinino deviazioni patologiche e a carico del corpo e a carico dello spirito, che, diversamente, sarebbero coartati violentemente da un allenamento forzato ed irrazionale. Sotto questo profilo si delinea realmente un problema morale dello sport, a cui educatori, istruttori, allenatori, organizzatori di competizioni sportive, devono badare con occhio vigile e lungimirante.

Dalla salubrità degli ambienti ginnici, al tipo di educazione sportiva, alla selezione degli elementi da mettere in gruppi, alla eventuale promiscuità, alle finalità da porre in ciascuna competizione, ai suggerimenti per raggiungere con lealtà la meta, s'incontra una gamma vasta di occasioni per formare ed inquadrare lo sportivo a qualsiasi categoria appartenga.

Un aspetto particolare assume il problema sportivo in seno alla famiglia. Ai genitori, che hanno la responsabilità della educazione completa della prole, s'impone in tempo utile di provvedere all'orientamento sportivo di ciascun figlio. I poteri discrezionali e di ascendente sui figli sono tali che importano un equilibrio discriminativo di somma delicatezza e preveggenza, per cui è indispensabile sorvegliare ogni occasione per orientare prudentemente anche in merito allo sport più indicato. I genitori, consci del patrimonio ereditario di tare o deviazioni morfologiche che si trasmettono nei discendenti, dovrebbero indicare, possibilmente con il consiglio del medico di famiglia, a quale sport avviare i figli, al fine di collaborare con le forze naturali a modificare la costituzione psicofisica della prole. Haeckel sostiene che l'allenamento sportivo graduale e prudente perfeziona il tipo biologico e « imprime al nostro organismo una nuova costituzione vitale ». I genitori sono i primi osservatori dei loro figli in tutte le manifestazioni della vita e possono fornire i suggerimenti più idonei anche per il tipo di sport da far loro praticare.

Delicata è la questione dello sport per la donna. La partecipazione femminile alle attività ricreative organizzate è una conquista recente, essendo stati gli antichi piuttosto restii e guardinghi nell'esporre la donna a sforzi superiori alla sua costituzione e al suo sesso. Il progresso sempre più incalzante, l'evoluzione psicologica febbrile hanno ammesso la donna nelle palestre, l'hanno spinta fino alle competizioni internazionali con un crescendo vertiginoso e compromettente la stessa grazia femminile e gli attributi inerenti.

Il geloso e giustificato riserbo dei secoli precedenti è stato scavalcato con audacia e la donna ha trascurato il focolare domestico per le palestre e i campionati più duri. Una resipiscenza è quanto mai urgente in questa nostra epoca, per dare un giusto valore allo sport femminile.

In opportuni limiti lo sport può giovare alla fisiologia della donna, ma con questa prospettiva di giovamento non bisogna abusare, altrimenti si autorizza inesorabilmente ed ulteriormente la mascolinizzazione della donna, che già per molti motivi sta deviando dalla tradizione sana di animatrice degli affetti più cari del santuario domestico.

Se lo sport per la donna torna gradito sia dal lato fisiologico sia dal lato estetico, sappia la donna usufruire dello sport in luogo onestamente adatto e nella forma e nelle modalità altrettanto mallevadrici del suo candore femminile per sé e per il consorzio umano, che vede ancora nella sana moralità della donna il vero mezzo per ascendere alla via del rinsavimento e del miglioramento generale.

* * *

I lati negativi dello sport si riducono ad una sola voce di significato dolorosamente molto ampio e complesso: la frode nello sport! Purtroppo anche in questo genere di attività umana è penetrata e domina alquanto incontrastata la frode, frode nell'organizzazione ed espletamento delle competizioni agonistiche e frode nella preparazione dell'atleta!

Dopo tante discussioni sollevate da varie parti per ovviare dignitosamente a questi inconvenienti che fanno degenerare tutta la bellezza dello sport, di recente a Perugia si è tenuto un Convegno di studi giuridico-morali sullo sport al fine di approdare ad una codificazione di norme giuridiche che regolino lo sport e tutte le attività connesse, a garanzia degli sportivi e di quanti con lo sport hanno occasioni di lavoro, di lucro, di collaborazione. In tale incontro studiosi particolarmente competenti in problemi sportivi, hanno segnalato i tipi di frode venuti alla ribalta nello esercizio sportivo e ne hanno suggerito il modo per smascherarli e punirli.

Per noi resta più importante, in questa sede, dire qualche parola sulla frode perpetrata sull'organismo degli atleti per ottenere il massimo rendimento durante la competizione.

Il dopping o drogaggio è la vera preoccupazione deleteria dell'ambiente sportivo, specialmente professionistico: si tratta dell'ingestione irrazionale di sostanze farmacologiche per potenziare il dinamismo biochimico, per permettere il mantenimento della forma, per ottenere il massimo rendimento muscolare.

L'assunzione di tali sostanze in misura adeguata è consentita e forse suggerita; ma quando le dosi sono eccessive e non indicate dai medici degli sportivi, le conseguenze reattive dell'organismo, sottoposto a simili stimoli chimici, sono patologiche e compromettono la salute e la vita degli sportivi, nonostante si abbia l'impressione del maggior rendimento dell'atleta sul momento.

Falsare i risultati di competizioni o di primati con questi stimolanti più o meno pericolosi è frode grave verso se stessi e verso la società. L'organismo umano può migliorare il suo rendimento con l'allenamento razionale ed intelligente, con l'adeguata alimentazione e anche con qualche medicamento opportunamente dosato, che faciliti le reazioni biochimiche a base della fisiologia del lavoro muscolare.

Alcuni motori superano ormai in velocità la barriera del suono, ma i riflessi umani hanno bisogno di quei tempuscoli, non sopprimibili, per assicurare la risposta motoria ad uno stimolo sensitivo: l'occhio, organo principe della vista, può essere messo nelle condizioni ideali di percepire delle immagini sia con la particolare igiene (niente fumo, niente alcoolici o altri tossici, somministrazioni di vitamine che favoriscono la funzionalità degli annessi oculari), ma non potrà mai superare quella soglia di assorbimento di immagini, al di là della quale non c'è più distinzione, ma solo confusa sovrapposizione di segni.

Il progresso tecnico può, senza dubbio, migliorare le condizioni ambientali, in cui si svolge una gara, dal terreno al mezzo meccanico usato, l'organismo umano potrà perfezionare i tempi di reazione sino ad un limite oltre il quale, però, non si potrà chiedere migliore prestazione, perché impossibile.

* * *

A conclusione di queste brevi riflessioni sullo sport, ritengo opportuno riportare quanto è stato magistralmente detto da due grandi studiosi, un biologo e un pedagogista.

In una conferenza sulla robustezza psico-fisica nel 1929 Luigi Castaldi, morfologo di vera chiara fama, indicando le possibilità di migliorare la costituzione umana, accennò all'attività sportiva, stigmatizzando fin da quell'epoca quanto veramente lo sport può contribuire in tal senso e quanto controproducenti siano certe forme di professionismo.

« Ora tutti sanno — egli disse — che è possibile accentuare la capacità di funzione muscolare mediante l'allenamento ipertrofizzante, qualora però (ciò che non tutti sanno) sia accompagnata da un correlativo aumento euritmico della formazione e propulsione di una massa sanguigna bene ossigenata. Di qui tutta la propaganda per gli sports; senonchè due cose essenziali sono da osservare in proposito:

primo, che è ben diverso spingere le folle attraverso incitamenti giornalistici " suggeriti " da impresari di spettacoli domenicali, ad andare ad assistere ad esercizi di pochissimi; e altro è far praticare sani esercizi alle masse stesse, mentre purtroppo da noi la grandissima maggioranza di coloro che si chiamano " sportivi " e seguono ansiosamente, non sempre nemmeno senza interesse economico, le cronache dello sport, o che indossano amplissimi pantaloni alla zuava, si guarderebbe bene dal far qualche chilometro nel modo più naturale, e cioè a piedi;

secondo, che questi spettacoli sono costituiti da competizioni molte volte rissose, che ingrassano gli organizzatori, ma che sono estremamente dannose a chi le eseguisce, che ne rimane sfibrato, rovinato soprattutto nel cuore e nei polmoni, ridotto anzi tempo senescente; oltre che sono spesso moralmente dannose anche agli spettatori dei quali eccitano istinti brutali.

A questo atletismo commerciale di pochissimi condannati agli acciacchi di una senescenza precoce e dolorante e che, almeno a me, non risulta che abbia dato nessun contributo di particolare eccellenza agli eserciti, come del resto non ne dà affatto alla Nazione lavoratrice, alla quale anzi sottrae energie, occorre sostituire la propaganda per una più sobria, ma igienica educazione fisica delle intiere masse, mediante le forme più semplici, naturali, sane di allenamento, per il bene del singolo e per quello della collettività nelle guerre e meglio ancora nel lavoro di pace ».

Il pedagogista Michel Cristian (1933), nel suo libro " L'ésprit chrétien dans le sport " disse: « Per dare all'esercizio fisico tutto il suo valore, l'adolescente. attendendo alla cultura del proprio

fisico, deve sempre avere nello spirito il pensiero che egli compie un dovere voluto dal Creatore ed obbedisce ad una legge di evoluzione personale e sociale da cui sarà egli stesso il primo a trarre profitto ».

Come si vede dalle autorevoli parole trascritte lo sport, per essere tale, deve rispondere a requisiti di diporto, divertimento, cioè cambiamento di direzione che l'individuo impone alle sue energie fisiche ed intellettuali, esaurite nelle precedenti occupazioni. Quindi il fine ricreativo e ristoratore non deve essere affatto confuso con il professionismo, né tanto meno con il vano esibizionismo.

L'assillo della conquista dei primati distrae il giovane dall'adempimento dei propri doveri manuali o intellettuali. Non si può concepire neanche oggi che possa esistere il mestiere di sportivo, perché questo degrada la nobiltà dello sport e, per di più, l'esistenza di una classe sociale di sportivi è realmente dannosa a se stessa e alla società, perché la forza fisica senza il controllo della ragione sfocia nella brutalità incosciente.

L'esercizio fisico influisce beneficamente, in giusta misura, sul corpo e sull'anima, minimizzando i mali che conturbano il complesso psicosomatico, irrobustendo la volontà, ordinando con ritmo armonioso il mondo interno dell'uomo, suscitando grandezza di vedute, generosità di sentimenti, fortezza di propositi.

Aggiornare pertanto lo sport alle esigenze di un popolo è opera delicata ed inderogabile, se si vuol realizzare la missione educativa connessa con lo sport. È augurabile che si abbia a meglio diffondere quegli sports di carattere più elevato che donano al fisico vera armonia di forme e favoriscono un carattere ed una forza di volontà sempre più spiccati.

CARMINE ANTONIO VOX